

Hintergründe

Sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte



Alle Menschen haben das Recht auf ein gesundes und selbstbestimmtes Leben frei von Zwang, Gewalt, Diskriminierung und Missbrauch. Dazu gehört auch das Recht, über den eigenen Körper zu bestimmen und unabhängig Entscheidungen über Fortpflanzung und Sexualität zu treffen. Viele junge Menschen, vor allem Mädchen, können diese Rechte jedoch nicht ausüben. Indem wir sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte von Jugendlichen stärken, verringern wir geschlechtsbasierte Gewalt und verbessern den Gesundheitszustand der Jugendlichen deutlich.

Gerade Mädchen und junge Frauen können häufig nicht frei von Zwang und Gewalt über die eigene Sexualität bestimmen. Auch nicht darüber, ob, wann und mit wem sie eine Beziehung eingehen und Kinder bekommen. So möchten pro Jahr mehr als 200 Millionen Frauen eine Schwangerschaft vermeiden, haben aber keinen Zugang zu modernen Methoden der Empfängnisverhütung¹. Etwa die Hälfte aller Schwangerschaften der 15- bis 19-Jährigen sind ungeplant, mehr als die Hälfte davon enden in Schwangerschaftsabbrüchen, oft unter gefährlichen Bedingungen. Komplikationen während der Schwangerschaft und Geburt sind weltweit die häufigste Todesursache für Mädchen und junge Frauen.²

SRGR – Ein Überblick

Der Fachbegriff „sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte (SRGR)“ beschreibt das uneingeschränkte körperliche und seelische Wohlbefinden in Bezug auf alle Bereiche der Sexualität und Fortpflanzung des Menschen. Er wird häufig von Organisationen verwendet, die ihre Arbeit auf internationalen

Menschenrechtsstandards aufbauen und beschreibt eine Kombination von vier Bereichen: sexuelle Gesundheit, sexuelle Rechte, reproduktive Gesundheit und reproduktive Rechte.

Sexuelle und reproduktive Gesundheit definiert die Weltgesundheitsorganisation (WHO) als einen Zustand des körperlichen, emotionalen, geistigen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität – nicht nur das Fehlen von Krankheit, Dysfunktion oder Gebrechen. Sie erfordert einen positiven und respektvollen Umgang mit Sexualität und sexuellen Beziehungen sowie die Möglichkeit, sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, die frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt sind.³ Das Erreichen der sexuellen und reproduktiven *Gesundheit* beruht auf der Verwirklichung der sexuellen und reproduktiven *Rechte*.

Sexuelle und reproduktive Rechte sind wichtige Menschenrechte im Zusammenhang mit Sexualität, Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft. Staaten sind verpflichtet, diese Rechte zu schützen und damit jedem Menschen selbstbestimmte und bewusste Entscheidungen zu ermöglichen.

Zu diesen Rechten gehören unter anderem:

- das Recht auf Nichtdiskriminierung
- das Recht auf körperliche Unversehrtheit
- das Recht, eine Ehe zu schließen und eine Familie zu gründen
- das Recht, über die Anzahl der eigenen Kinder zu entscheiden
- das Recht auf Meinungsfreiheit und freie Meinungsäußerung⁴

¹ [Gutmacher Institut \(2018\): Fortschritt beschleunigen: Sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte für alle](#)

² [Gutmacher Institut \(2017\): The Sexual and Reproductive Health Needs of Very Young Adolescents In Developing Countries](#)

³ [WHO 2006](#)

⁴ [WHO 2006](#)

Jugendgerechte Gesundheitsdienste

Eltern, Betreuende und Schulen sind häufig nicht in der Lage, Kindern und Jugendlichen die Informationen und Unterstützung zu geben, die sie in den unterschiedlichen Phasen ihrer Sexualentwicklung benötigen.

Welche Gesundheitsthemen stehen für junge Menschen im Vordergrund?

- Informationen über und Zugang zu modernen Verhütungsmitteln
- Menstruation
- Tests und Behandlung von HIV und sexuell übertragbaren Infektionen (STI)
- Schwangerschaftstests und -dienstleistungen
- Notfallverhütung und sichere Schwangerschaftsabbrüche
- Geschlechtsspezifische Gewalt und schädliche Praktiken

Die Gründe hierfür sind vielfältig: Zum Beispiel fehlt es an Bewusstsein oder Fähigkeiten, diese Themen sinnvoll anzusprechen. Das soziale Machtgefälle spielt ebenfalls eine Rolle, genauso wie fehlende Ressourcen. Teilweise sind es Gesetze und politische Maßnahmen, die den Zugang zu Beratung oder Verhütungsmitteln einschränken, in anderen Fällen sind Gesundheitszentren nur auf die Bedürfnisse verheirateter Frauen ausgerichtet.

Eine große Hürde sind tief verankerte soziale Normen und fehlende Geschlechtergerechtigkeit in Bezug auf die Sexualität von Jugendlichen und Mädchen. Ihr Verhalten wird durch ihr soziales Umfeld kontrolliert und sie können Stigmatisierung erfahren und ausgegrenzt werden, nur weil sie sexuell aktiv sind.

Aufgrund ihres Alters wird die Fähigkeit junger Menschen, Entscheidungen zu treffen oder ihre Meinung zu äußern, nicht in gleichem Maße respektiert. All dies erschwert ihnen den Zugang zu jugendgerechten Gesundheitsdiensten und hält sie oft davon ab, sich Beratung und Hilfe zu suchen.

Die Gemeinschaft einbinden

Plan International arbeitet mit Eltern, Betreuer:innen und der Gemeinschaft zusammen, um ein sicheres Umfeld für junge Menschen zu schaffen, damit sie ihre sexuelle und reproduktive Gesundheit erhalten und ihre Rechte wahrnehmen können.



Masresha ist Ansprechpartnerin für Jugendgesundheit in ihrem örtlichen Gesundheitszentrum in Äthiopien. (Foto: Plan International)

Wir hören den Jugendlichen zu und arbeiten mit ihnen zusammen, um jugendfreundliche Gesundheitsdienste auf den lokalen Kontext zuzuschneiden. Wir bieten jungen Menschen umfassende Sexualaufklärung in und außerhalb von Schulen an, um ihr Wissen, ihre Fähigkeiten und ihr Selbstvertrauen zu stärken. Weiterhin ermöglichen wir ihnen mit unseren Programmen den Zugang zu Gesundheitsdiensten, die jugendgerechte Informationen über sexuelle und reproduktive Rechte und moderne Verhütungsmethoden anbieten sowie HIV- und Schwangerschaftstests bereithalten.

Inklusion von LGBTQIA+

Alle Kinder haben, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung oder Geschlechtsidentität, einen Anspruch auf gleichen und sicheren Zugang zu Gesundheitsdiensten. Junge Menschen, die sich als lesbisch, schwul, bisexuell, transgender, queer, intersexuell, agender oder fragend (LGBTQIA+) identifizieren, gehören jedoch zu den am stärksten marginalisierten und ausgegrenzten Mitgliedern der Gesellschaft. Sie sind aufgrund ihrer tatsächlichen oder vermeintlichen sexuellen Orientierung und Geschlechtsidentität besonders gefährdet und werden häufiger Opfer von Stigmatisierung, Gewalt und Diskriminierung.



Kombination aus Venus- und Marssymbol mit einem zusätzlichen „Arm“ für transgender und nichtbinäre Personen. Das Gleichheitszeichen in der Mitte für die Gleichheit aller Geschlechter. Dieses Symbol ist eines von mehreren, die für Geschlechtergerechtigkeit stehen.

Wir fordern echte Gleichberechtigung für alle Geschlechter: Gleiche Rechte, gleiche Chancen, gleiche Möglichkeiten – in allen Ländern und Bereichen weltweit.

Dafür gestalten wir all unsere Strategien, Programme und Projekte gendertransformativ, indem wir aktiv veraltete Geschlechternormen und Machtpositionen hinterfragen und verändern und uns für Gleichstellung starkmachen.

Frühe Schwangerschaft

Frühe Schwangerschaften sind ein weltweites Problem, das jedoch am häufigsten in ärmeren und marginalisierten Gemeinschaften auftritt. Insbesondere Mädchen stehen unter erheblichem Druck, früh zu heiraten und eine Familie zu gründen.

21 Millionen Schwangerschaften pro Jahr

verzeichnet die WHO in Ländern des globalen Südens bei Mädchen zwischen 15 und 19 Jahren. Davon ist etwa die Hälfte ungeplant.

Hohes Gesundheitsrisiko

Schwangerschaften im Jugendalter sind nach wie vor eine der Hauptursachen für die Mütter- und Kindersterblichkeit.⁵ Gerade junge Mädchen sind trotz Pubertät körperlich nicht ausreichend auf eine Schwangerschaft vorbereitet, womit Schwangerschaften und Geburten zu einem großen Gesundheitsrisiko werden. Es kommt häufig zu Komplikationen, an denen mehr als 22.000 Mädchen jedes Jahr sterben.⁶ Zudem ist bei jugendlichen Müttern die Wahrscheinlichkeit größer, dass die Babys untergewichtig oder zu früh zur Welt kommen. In Ländern, in denen Schwangerschaftsabbrüche eingeschränkt oder nicht zugänglich sind, greifen Jugendliche in der Regel auf unsichere Methoden zurück und setzen damit ihre Gesundheit und ihr Leben aufs Spiel.

Risikofaktor: Frühe Heirat

90 Prozent der geborenen Kinder stammen von verheirateten Mädchen.⁷ Kinder-, Früh- und Zwangsverheiratung können sowohl Ursachen als auch Folgen einer frühen Schwangerschaft sein. Zwölf Millionen Mädchen werden schätzungsweise jedes Jahr verheiratet, bevor sie 18 Jahre alt sind. Die Heirat bedeutet das Ende ihrer Kindheit und Jugend

und zwingt sie, erwachsene Rollen und Verantwortlichkeiten zu übernehmen – egal, ob sie körperlich und emotional dazu bereit sind.

Menstruation

Für Milliarden Menschen weltweit ist die Menstruation eine monatliche Realität. Trotzdem wird das Thema noch immer von Mythen, Stigmatisierung und Scham begleitet. In Nepal beispielsweise werden Frauen, die ihre Periode haben, aus dem Haus verbannt und dürfen in dieser Zeit keine anderen Menschen und kein Wasser berühren. In vielen Ländern können junge Menschen mit niemandem über ihre Periode sprechen, weil sie sich zu sehr schämen.

Einschränkung im Alltag

Vor allem für junge Menschen in einkommensschwachen Ländern sind die Auswirkungen gravierend: In Indien brechen 20 Prozent der Mädchen die Schule ab, sobald sie ihre Periode haben. In Malawi verpassen 70 Prozent jeden Monat bis zu drei Tage Unterricht, weil sie sich keine Hygieneartikel leisten können oder es an den Schulen keine Möglichkeit gibt, sich zu waschen und die Binde zu wechseln. Aufgrund der Fehlzeiten müssen viele von ihnen die Schule verlassen.⁸ Vor allem in Krisen- und Konfliktregionen, behelfen sich viele mit alten Lappen, Blättern oder anderen Notlösungen. Das Risiko von Infektionen ist dadurch sehr hoch, besonders in Gebieten, in denen es kein sauberes Wasser gibt.

Tabus brechen und Gesundheit erhalten

Plan International setzt sich für die Verbesserung der Menstruationsgesundheit ein, indem die Organisation an drei wichtigen Grundvoraussetzungen arbeitet:

Erstens stellen wir Informationen rund um sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte bereit und fördern die Aufklärung und den Dialog, um das Tabu zu bekämpfen. Deshalb arbeitet Plan International vor allem mit Jugendlichen selbst, aber auch mit ihren Eltern, Gemeindemitgliedern und Lehrkräften. So unterstützen wir junge Menschen auch dabei, für sich selbst einzutreten und soziale Normen zu hinterfragen und zu ändern, die sie zum Beispiel in Bezug auf ihre Menstruation beschämen.

Zweitens arbeiten wir auf unterschiedliche Weise daran, den Zugang zu Menstruationsprodukten zu erleichtern. In Zusammenarbeit mit lokalen Partnerorganisationen haben wir Projekte initiiert, bei denen Mädchen auswaschbare Binden selbst herstellen können – unter anderem in Uganda. Zudem verteilen wir in

⁵ [Gutmacher Institut \(2017\): The Sexual and Reproductive Health Needs of Very Young Adolescents In Developing Countries](#)

⁶ [Save The Children: Global Girlhood Report 2021](#)

⁷ [WHO \(2022\): Fact Sheet Adolescent Pregnancy](#)

⁸ [Plan International 2022](#)

Krisensituationen und nach Katastrophen Menstruations-Sets, die auch Binden, Seife oder andere Hygieneartikel enthalten. Und drittens verbessern wir die Infrastruktur: Wir bauen insbesondere an Schulen sichere Toiletten und sorgen für eine bessere Wasser- und Sanitärversorgung, um sicherzustellen, dass Frauen und Mädchen die Privatsphäre haben und sich sicher fühlen.

Schutz vor HIV

Jugendliche, insbesondere Mädchen, sind überproportional häufig von sexuell übertragbaren Krankheiten wie HIV betroffen.⁹ Deshalb haben wir die HIV- und Aids-Prävention in viele unserer Gesundheitsprojekte integriert. Wir sorgen unter anderem für Begegnungszentren, fördern den Dialog mit Betroffenen und gründen HIV-Aktionsgruppen. Weiterhin errichten wir Gesundheitsstationen und rüsten diese mit einer Grundausstattung wie Fieberthermometern, Medikamenten und HIV-Tests aus, sodass Betroffene qualifiziert versorgt werden können.

Um die Öffentlichkeit für dieses Angebot zu sensibilisieren, führen wir mediale Gesundheitskampagnen durch, die über die Behandlungsmöglichkeiten in den Gesundheitsstationen informieren.



Ein von Plan International bereitgestelltes Test-Kit.
(Foto: Plan International)

Um das Risiko einer HIV-Übertragung von Schwangeren auf ihre Kinder vor und während der Geburt zu reduzieren, unterstützen wir das von der WHO empfohlene PMTCT-Programm (Prevention of Mother to

Child Transmission / Verhinderung der Übertragung von der Mutter auf das Kind). Dieses Programm ermöglicht den mit HIV infizierten Frauen während der Schwangerschaft eine Therapie und nach der Geburt eine medizinische Betreuung.

Schädliche Praktiken beenden

Frühe Heirat, weibliche Genitalverstümmelung (FGM/C) und sexualisierte Gewalt sind Verletzungen der sexuellen Gesundheitsrechte von Kindern und Jugendlichen. Diese haben schwerwiegende und oft lebenslange Auswirkungen auf das körperliche Wohlergehen, das Selbstwertgefühl und die Entwicklung der Betroffenen. Plan International setzt sich dafür ein, gesetzliche Rahmenbedingungen zu verbessern und sicherzustellen, dass diese effektiv umgesetzt werden. Das Schlüsselement unseres Ansatzes ist, jungen Menschen in diesem Prozess eine Stimme zu geben und sie aktiv daran zu beteiligen, damit sie genügend Selbstvertrauen entwickeln, um ihre Rechte für ein selbstbestimmtes und erfüllendes Leben einzufordern.

Weitere Informationen

Die Themen **Frühe Heirat** und **Weibliche Genitalverstümmelung (FGM/C)** sind eigene Themenkomplexe, aufgrund deren Umfang gesonderte Plan-Hintergrundinformationen verfügbar sind. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf oder besuchen Sie:

www.plan.de/gesundheit-von-kindern



17 Ziele für nachhaltige Entwicklung

Das Erreichen dieser Ziele fördert die sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte von Jugendlichen:



Mehr Informationen: www.plan.de/sdgs



Gibt Kindern eine Chance

⁹ WHO (2021): HIV Data and Statistics

Plan International
Deutschland e.V.
Bramfelder Straße 70
22305 Hamburg

Tel.: +49 (0)40 / 60 77 16 - 0
Fax: +49 (0)40 / 60 77 16 - 140
E-Mail: info@plan.de
www.plan.de
www.facebook.com/planDeutschland